

# Nyhedsbrev

Marts 2018

## Lotus

**Den Boligsociale Fond lancerer nu et gruppebehandlingstiltag for børn og unge på Lolland, LOTUS.**

I første omgang indbydes børn i alderen 10-13 år til at deltage i et fast tilrettelagt og struktureret forløb på 8 fremmødegange á 2 timer. Der er mulighed for evt. at fortsætte i en netværksgruppe. Der kan efterfølgende oprettes lignende forløb for de 13-15 årige og de 15-17 årige.

I Lotus arbejdes specifikt med undervisning i, hvordan alkohol virker. Vi beskæftiger os med, hvorfor nogle voksne kan foretrække beruselse fremfor at være sammen med deres børn, at ingen mennesker bevidst ønsker at blive afhængige eller svigte deres børn, at det aldrig er barnets skyld at de voksne har problemer, at barnet ikke kan beskytte den voksne, men må fokusere på at beskytte sig selv og sige til og fra.

Desuden vil vi udarbejde nogle strategier for hvad barnet kan gøre, hvis der er utrygt i hjemmet. Det kan eksempelvis være at blive mere bevidst om hvilke andre voksne, der er for barnet, det kan ty til, når det er svært.

Vi vil endvidere arbejde med at aftabuisere. Det er vigtigt at erfare, at andre børn har tilsvarende udfordringer, og at det hjælper at dele sine tanker og følelser med andre. Gennem diverse øvelser og metoder vil vi hjælpe med at højne den enkeltes selvværd, få kontakt med egne følelser og give ideer til, hvordan man kan finde ro og afslapning fysisk og mentalt.

LOTUS kan tilbydes, hvor der kan samles mindst 5 deltagere. Når der er nok tilmeldte i et område, finder vi en lokalløsning. Er der ikke et aktuelt tilbud i nærheden, tilbydes barnet at starte med individuelle samtaler.



Den Boligsociale Fond

Jernbanegade 1  
4900 Nakskov  
T: 2078 8385  
Mail: [boligsocial@boligsocial.dk](mailto:boligsocial@boligsocial.dk)

### Indhold

- ✓ Lotus
- ✓ Bevar dig Vel
- ✓ Rådgivnings- og aktivitetscenter Lolland
- ✓ Mindchange
- ✓ Lokalforeningen Slagelse
- ✓ Nytårskur 2018
- ✓ Generalforsamling 2018

Læs mere om projekterne på [www.boligsocial.dk](http://www.boligsocial.dk)



### Lotus – specifikke gruppeforløb

**Bliv medlem af Foreningen Den Boligsociale Fond og vær med til at præge det lokale sociale arbejde.**

**Det koster 100 kr. om året at være medlem.**

**Bliv frivillig i Den Boligsociale Fond og hjælp udsatte borgere.**

Læs mere på [www.boligsocial.dk](http://www.boligsocial.dk)

## Bevar mig Vel:

# Stor gnist og glæde



Bevar dig vel

**Projekt Bevar mig Vel** er afsluttet efter tre års intensivt forløb. Projektperioden er slut, men vi stopper ikke den gode indsats. De nuværende tilbud fortsætter i et nyt samarbejde. Midlerne hertil kommer fra Lolland kommunes §79 pulje samt støtte fra Den Boligsociale Fond.

*Bevar dig vel* er et tilbud til mennesker med hukommelsesvanskeligheder samt til deres pårørende.

Af de tilmeldte deltagere har 81 % gennemført et gruppeforløb. Størstedelen af deltagerne har oplevet bedre trivsel i hverdagen efter den støtte, de har fundet i Bevar dig Vel. Flere melder tilbage, at det har forebygget eller afhjulpet stress og depression.

Projektet, som deltagerne døbte om projektet om til projekt "Gnist og Glæde", bestod af tre dele:

**Kom i hu** var en samvær- og aktivitetsgruppe, som har henvendt sig til mennesker med milde til let moderate hukommelsesforandringer. Indholdsmæssigt har vi afprøvet to forskellige tilgange.

Den ene var en kognitiv tilgang, "Træn din hjerne", med inspiration fra kognitiv stimulationsterapi (CST). I dette program var der fokus på sansestimulation og reminiscens, ud fra fastlagte aktiviteter/temaer fx lyde, orientering, ansigtsudtryk, mad, barndom og kreativitet.

Den anden bestod af samtalegrupper, som henvendte sig til pårørende til mennesker med hukommelsesforandringer. Det har vist sig, at der er et stort behov for sådan et tilbud til pårørende.

Mange pårørende oplever en hverdag, der er meget berørt, både følelsesmæssigt, praktisk og socialt. Temaerne i gruppeforløbet har både handlet om mestringen af hverdagslivet med en dement pårørende, og samtidig drejet sig om vigtigheden af at drage egenomsorg, når man er pårørende til et menneske med hukommelsesforandringer.

**Café Liv & Glæde**, henvendte sig både til mennesker med hukommelsesforandringer og pårørende. Desuden var tilbuddet åbent for alle. Det havde et forebyggende sigte, da forskning viser at det at være social og aktiv forebygger eller forhælder udviklingen af demens.

Omdrejningspunktet i de to caféer i Nakskov og Maribo har været liv og glade dage efter devisen, "Hvis alle hjælper alle, bliver alle hjulpet". Liv & Glæde's aktiviteter bestod af lokalhistoriske foredrag, udflugter, sang, dans, musik, oplæsning, hygge og alt, hvad deltagerne og de frivillige ellers kunne hitte på.

Bevar dig Vel har oprettet et **frivilligteam**, hvor de frivillige ca. hver 3 mdr. mødes, sparrer, idéudvikler og planlægger.

De frivillige er rekrutteret gennem mange forskellige kanaler, såsom infomøder, lokale opslag og annoncer i forskellige medier. En af måderne er, at de frivillige selv har rekrutteret gennem egne netværk, eller at tidligere deltagere har vist interesse for at blive frivillige. Det sidste har den fordel, at de frivillige selv har mærket effekten af et gruppeforløb og kender følelsen af at sidde som deltager.

Alle de frivillige har faglig eller personlig erfaring med demens, enten selv eller som pårørende. Det betyder dog ikke, at denne erfaring er nødvendig for at blive frivillig i Bevar dig Vel. Der er mange forskellige opgaver, som i virkeligheden kun kræver menneskekendskab, et varmt hjerte og evt. et praktisk håndslag, såsom kaffebrygning eller at pynte op.

### Har vi opnået det, vi ville?

Vi har måttet sande, at vi ikke har nået alle de mål, vi havde sat os for. Men det er der såmænd også en læring i. Hvad er det, der ikke lykkedes? Hvorfor lykkedes det ikke? Hvad kunne vi have gjort anderledes?

Vi har i hvert fald erfaret, at der kan være transportbarrierer på Lolland, specielt hvis man ikke selv kan køre bil eller har en pårørende, der kan køre en. Bus, tog og flextrafik kan være en omstændelig affære fra Lollands yderområder, specielt hvis man har hukommelsesforandringer.

Læs mere om projektet og dets videreførelse på [www.boligsocial.dk](http://www.boligsocial.dk)



## Rådgivnings- og aktivitetscenter Lolland

Der er indgået en partnerskabsaftale mellem Lolland kommune, Ældre & Sundhed, Den Boligsociale Fond og Frivilligcenter Lolland, som har til formål at udvikle et rådgivnings- og aktivitetscenter for mennesker med demens og deres pårørende på Lolland.

Projektet finansieres af et tilskud fra Sundhedsstyrelsen og skal være oprettet og komme i drift inden 1. oktober 2019.

### Partnerskabets formål:

At fremme en tilgang indenfor demensområdet, som fremmer anvendelse af brugernes og pårørendes ressourcer og kompetencer i udviklingen af rådgivnings- og aktivitetstilbud.

I fællesskab at fremme udviklingen af et demensvenligt samfund på Lolland.

I fællesskab at udvikle et samarbejde mellem partnerne som fremmer udviklingen af såvel det faglige som det frivillige sociale arbejde på demensområdet.

#### **Partnerskabets opgave:**

Partnerskabets opgave er at udvikle og realisere Projekt Rådgivnings- og aktivitetscenter Lolland i overensstemmelse med ansøgningen til Sundhedsstyrelsen om tilskud til projektet.

Partnerskabet tager udgangspunkt i mennesker med demens og deres pårørendes egne styrker og ressourcer. Mennesker med demens og deres pårørende inddrages aktivt i projektudviklingen.

Partnerne deler viden og ressourcer og løser opgaven i fællesskab. Samarbejdet er baseret på gensidig respekt og tillid.

#### **Centerets aktiviteter:**

Centeret organiseres som et matrikelløst center i tilknytning til de to sundhedsbutikker i Maribo og Nakskov samt øvrige muligheder i lokalsamfundet for at udvikle tilbud, som tager højde for transportmulighederne.

Blandt de kommende aktiviteter kan nævnes, at foreningens nuværende aktiviteter, Bevar dig Vel (pårørendegrupper og cafetilbud) videreføres og udvides til at omfatte hele Lolland. Ligesom flere af kommunens nuværende aktiviteter videreføres i tilknytning til centeret, f.eks. undervisning samt træning og motion.

Der oprettes en anonym, frivillig telefonrådgivning og et velfærdsteknologisk bibliotek.



## **VærdigReform**

### **Den Boligsociale Fond er blevet medlem af VærdigReform.**

VærdigReform er et samarbejde mellem 64 faglige og sociale organisationer. Her sættes fokus på de store sociale problemer, som f.eks. reformen om fleksjob, ressourceforløb og førtidspension, der trådte i kraft 1. januar 2013, har medført.

Samarbejdet har derfor udarbejdet seks konkrete forslag til forbedring af lovgivningen. Forslagene er sendt til ministeren, forligskredsen og medlemmerne af Folketingets beskæftigelsesudvalg.

Læs mere på [www.vaerdigreform.dk](http://www.vaerdigreform.dk)

# Mindchange

Af Neel Murmann, rådgivningskoordinator



Udviklingen af projekt **Mindchange** er i fuld gang, og vi arbejder på højtryk for at få udviklet et tilbud til de unge, hvor de kan få en kvalificeret frivillig rådgivning.

Formålet med projektet er at tilbyde unge sårbare mellem 16-25 år, herunder særligt unge mænd, en rådgivning, hvor de rustes bedre til at mestre deres situation og forebygge, at deres problemer forværres. I rådgivningen bliver det bl.a. muligt at arbejde med deres mestringsstrategier, med at blive bedre til at løse problemer, styrke deres robusthed og lære at håndtere det uforudsete. Desuden er der et særligt fokus på de unges autonomi, og en vigtig dimension er dermed, at de unge bliver i stand til at føle ejerskab til de valg, de træffer.

Som i alle opstartsfasen, står vi overfor nogle udfordringer, som vi i denne tid har særligt fokus på. En af de overordnede udfordringer er, at vi skal udvikle en rådgivning til en bestemt målgruppe. Det er derfor en vigtig forudsætning, at vi bliver skarpe på, hvilken gruppe unge, der er tale om – hvilke karakteristika har de, og hvad er deres udfordringer?

Heldigvis besidder foreningen en del viden om målgruppen qua de projekter der allerede eksisterer, herunder CTU, Grib Chancen og UngTilUng. Vi har derfor fokus på at bruge den viden vi har internt i foreningen, men ser også muligheder i at samarbejde med eksterne samarbejdspartnere for særligt at blive klogere på den målgruppe, projektet i særdeleshed ønsker at henvende sig til, nemlig de unge mænd.



Vi står i dette projekt overfor udfordringen i, at vi skal tilbyde en rådgivning digitalt. Dertil stilles der store krav til et digitalt værktøj, der kan favne alle de kommunikative muligheder der kan gøre rådgivningen af de unge mest optimal. Det skal bl.a. være muligt for den frivillige og den unge både at kunne kommunikere skriftligt, men også gennem audio og video.

Vi ser også en fordel i, at de unge og de frivillige kan udveksle dokumenter, så de unge kan få udleveret hjemmeopgaver, der kan fremme deres udviklingsproces. Aktuelt står vi overfor en testperiode, hvor vi skal afprøve et nyt webinarværktøj internt i personalegruppen, for derefter at kunne afprøve det i et testforløb med en gruppe unge.

Da det er tiltænkt, at onlinetilbuddene fra Mindchange, UngTilUng og CTU skal forenes og blive til én stor trivselsplatform, er vi i gang med en spændende og udviklende proces, hvor vi har mulighed for at samarbejde på kryds og tværs af projekterne. Qua målet om at skabe en fælles trivselsplatform er der ydermere et særligt fokus på, hvordan de forskellige tilbud skal markedsføres, og hvordan vi sikrer os, at hvert enkelt tilbud målrettes til de tiltænkte målgrupper.

**Lokalforeningen Slagelse:**

Slagelse har fået sin egen lokalforening i Den Boligsociale Fond, hvor Britta Clemmensen arbejder sammen med andre frivillige.

# Alle kan noget særligt

**Kreativ cafe**

Mandage kl. 10-12

Vi mødes i private hjem og nørkler, strikker f.eks. dåbsklude til kirkerne eller tæpper til hjælpearbejde. Vi nørkler også til os selv og egne familier, deler opskrifter og lærer af hinanden.

Vi arrangerer fælles ture i biografen, koncerter m.m.

Men det vigtigste er det sociale samvær, hvor vi hjælper hinanden med at løse egne og verdens problemer.

**Fortællerhjørnet**

Fredage kl. 10-12 i Frivilligcenterets lokaler

Alle deltagere bidrager med en historie fra eget liv, som fortælles på skift. Herigennem lærer deltagerne hinanden at kende og af hinandens erfaringer, nye bekendtskaber/venskaber etableres. Netværket vokser.

Er der sket noget særligt i verden, bliver det dagens emne.

Walk and talk (når vejret tillader det) efter oplæg, f.eks. kend din by.

**Sjov motion**

Mandage klokken 16-18

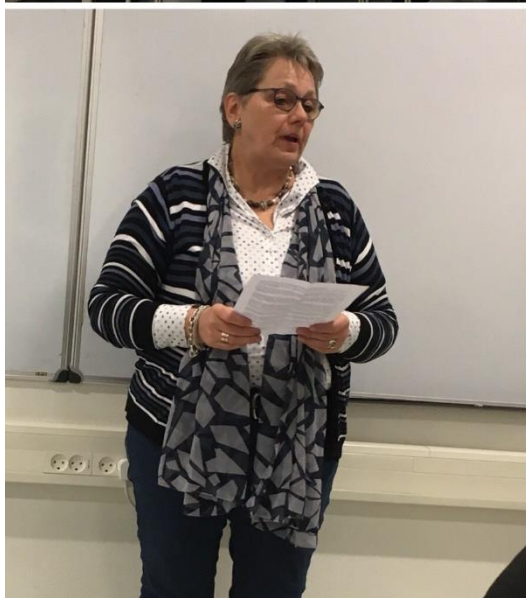
Vi mødes mandage klokken 16.00 i Dagcenter Midgård, Skolegade 8 i Slagelse.



Første møde var mandag den 5. marts 2018, hvor vi aftalte, hvordan vi arrangerer det videre forløb, program og eventuelle fællesspisninger

*Har du spørgsmål er du velkommen til at ringe til Britta på telefon 5081 2673.*





## Nytårskur 2018

Aldrig før har der været så stor deltagelse i den traditionsrige Nytårskur Den Boligsociale Fond, holder på Lolland. Mere end 50 frivillige, samarbejdspartnere og medarbejdere deltog i arrangementet der fandt sted i slutningen af januar.

Vi måtte derfor finde et større lokale end det, der var inviteret til. Det blev løst i godt samarbejde med Lolland Kommune.

Hovedtaler ved Nytårskuren var ældrechef Grete Breinhild. I sin tale kom hun bl.a. ind på det partnerskab, der er dannet mellem Lolland Kommune, Den Boligsociale Fond og Frivilligcenter Lolland. Partnerskabet har til formål at oprette og drive et aktivitets- og rådgivningscenter for demensramte. Og så modtog vi igen ros for vort frivillige arbejde.

**Bliv medlem af  
Foreningen Den  
Boligsociale Fond  
og  
vær med til at  
præge det lokale  
sociale arbejde.  
Læs mere på  
[www.boligsocial.dk](http://www.boligsocial.dk)**

